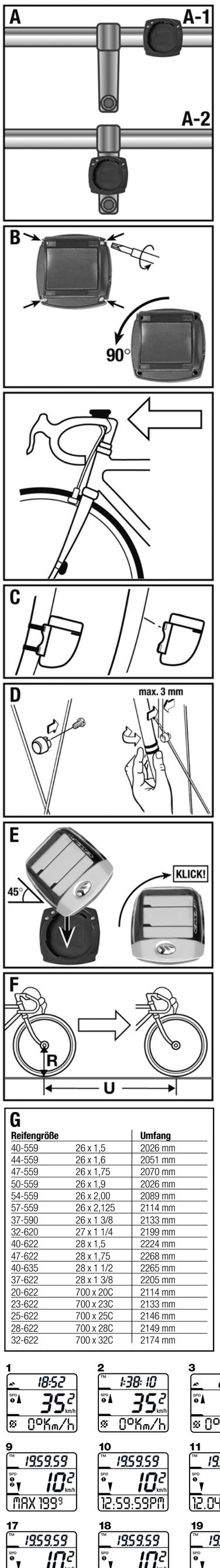
CICLOSPORT
SPORTS INFORMATION SYSTEMS

CICLOMASTER

CM 4.4A



G

Reifengröße		Umfang
40-559	26 x 1,5	2026 mm
44-559	26 x 1,6	2051 mm
47-559	26 x 1,75	2070 mm
50-559	26 x 1,9	2026 mm
54-559	26 x 2,00	2089 mm
57-559	26 x 2,125	2114 mm
37-590	26 x 1 3/8	2133 mm
32-620	27 x 1 1/4	2199 mm
40-622	28 x 1,5	2224 mm
47-622	28 x 1,75	2268 mm
40-635	28 x 1 1/2	2265 mm
37-622	28 x 1 3/8	2205 mm
20-622	700 x 20C	2114 mm
23-622	700 x 23C	2133 mm
25-622	700 x 25C	2146 mm
28-622	700 x 28C	2149 mm
32-622	700 x 32C	2174 mm

D BEDIENUNGSANLEITUNG

Herzlichen Glückwunsch!
Mit dem **CICLO*MASTER* CM 4.4A** haben Sie einen drahtlosen Fahrradcomputer von höchster Präzision erworben. Er verfügt über modernste Elektronik und ist wetterfest.
Zusätzlich bietet der **CM 4.4A** optional die Möglichkeit, die Herzfrequenz und die Trittfrequenz zu messen. Das dazu nötige entsprechende Zubehör erhalten Sie im Fachhandel.
Außerdem verfügt der **CM 4.4A** über das TwoInOne-System: d.h. Sie können ihn mit 2 Fahrrädern benutzen und sich für jedes Rad getrennt oder in Summe die Werte anzeigen lassen.
Bitte lesen Sie diese Bedienungsanleitung genau durch.

Lieferumfang:
- CICLOMASTER CM 4.4A
- Batterie Typ CR 2032
- Batteriedeckel
- Lenkerhalter
- Sender
- Kabelbinder für die Befestigung
- Speichenmagnet

1. Montage

Der Lenkerhalter kann sowohl am Lenker als auch am Vorbau befestigt werden.
Bild A: Montage am Lenker (Position A-1) und am Vorbau (Position A-2) möglich
Bild B: Für Montage am Vorbau (Position B) Oberteil umschrauben. Schutzfolie auf der Unterseite des Lenkerhalters abziehen
Lenkerhalter auf gewünschte Stelle setzen, leicht andrücken und mit den Kabelbindern befestigen.
Bild C: Sender mit den Kabelbindern an der Gabel befestigen und überstehende Enden abschneiden (max. Abstand vom Lenkerhalter 60 cm; am besten ist eine rechtsseitige Montage, Lenkerhalter und Sender sollten auf der gleichen Seite sein)
Bild D: Magnet an einer Speiche gegenüber dem Sender befestigen
Sender und Magnet ausrichten (Abstand max. 3 mm)
Bild E: CM 4.4A um eine Vierteldrehung nach links gedreht in den Lenkerhalter setzen, zum Einrasten eine Vierteldrehung nach rechts machen (bitte darauf achten, dass er richtig einrastet). Zum Abnehmen des CM 4.4A wieder um eine Vierteldrehung nach links drehen und aus dem Lenkerhalter nehmen.

1.1 Montage der optionalen Trittfrequenz
Lenkerhalter wie in oben beschrieben montieren. Das Kabel wird zur Kurbel geführt (am besten auf der linken Seite). Der Sensor am Kabel wird gegenüber der Kurbel mit den Kabelbindern befestigt (Kabelbinder noch nicht festziehen). Den Trittfrequenzmagneten an der Kurbel befestigen (Abstand max. 3 mm). **Wichtig:** der Magnet muss an der Markierung des Sensors vorbeigehen. Trittfrequenzmessung am CM 4.4A einschalten (siehe Kap. 2.1), Kurbel drehen und überprüfen, ob das Signal am CM 4.4A ankommt. Dann die Kabelbinder festziehen.

1.2 Anlegen des optionalen Sendegurtes
Achtung: Grundsätzlich sollte jeder, der ein Fitnesstraining beginnt, sich einer Gesundheitsprüfung unterziehen, besonders jedoch Anfänger und Wiedereinsteiger über 35 Jahre und bei bekannten Vorerkrankungen oder körperlichen Beschwerden. Liegen insbesondere auch Risikofaktoren vor, wie zum Beispiel Rauchen, hoher Blutdruck, erhöhte Blutfettwerte, Diabetes, Bewegungsmangel und Übergewicht, sollte man unbedingt einen Arzt aufsuchen.
Träger von Herzschrittmachern sollten Geräte zur Herzfrequenzmessung nur nach Absprache mit ihrem Arzt verwenden!
Der Sendegurt wird in den elastischen Brustgurt eingehängt und um den Oberkörper gelegt. Der Sender (Kunststoffteil mit Aufschrift) sollte über der Mitte des Oberbauches am Unterrand des Brustbeins liegen und die Aufschrift auf dem Sender muss (von vorne gesehen) lesbar sein. Die links und rechts vom Sender in den Gurt eingearbeiteten Elektroden müssen Hautkontakt haben.
Den Gurt straff ziehen, so dass ein ständiger Kontakt während der Bewegung gewährleistet ist und er nicht abrutschen kann.
Sollte der CM 4.4A keine Herzfrequenz anzeigen, kann das an fehlendem Kontakt zwischen Haut und Elektroden liegen. Oft hilft es, wenn man die Elektroden und die darunter liegende Haut anfeuchtet. Den besten Kontakt erreicht man mit einem Elektroden-Gel (in Apotheken erhältlich).
Eine Herzfrequenzmessung ist nur möglich, wenn der Brustgurt mit dem Sender korrekt angelegt ist und der CM 4.4A innerhalb der Reichweite des Senders ist (max. 60 cm Abstand).

2. Inbetriebnahme

Einlegen der Batterie:
Batterie Typ CR2032 mit dem Pluspol nach oben einlegen. Batteriedeckel auflegen und mit Hilfe einer Münze schließen. Nach dem Einlegen der Batterie erscheint im Display der normale Betriebsmodus.
(Erscheint keine Anzeige im Display oder unsinnige Werte, AC-Knopf auf der Rückseite kurz drücken. Damit werden auch alle Einstellungen und Werte gelöscht.)

2.1 Einstellungen
Durch drei Sekunden langes Drücken der mittleren Taste wird der Einstellmodus aufgerufen. Im Display erscheint die Anzeige ‚SET BIKE1'.
Durch erneutes 3 Sek. langes Drücken der mittleren Taste kann der Einstellmodus in jeder Einstellung wieder verlassen werden.
(Wenn die Anzeige des CM 4.4A auf deutsche Texte umgestellt werden soll, jetzt linke Taste kurz drücken, im Display erscheint die Anzeige ‚LANGUAGE'. Mit der mittleren Taste bestätigen und dann kann mit der rechten Taste zwischen ‚English' und ‚Deutsch' umgeschaltet werden. Mit der linken Taste die gewünschte Einstellung bestätigen und dann kurz die rechte Taste drücken, um wieder ‚SET BIKE1' oder ‚SET RAD1' im Display zu sehen).
Da der CM 4.4A. sowohl deutsche als auch englische Texte anzeigen kann, werden hier in der Anleitung immer beide Anzeigen aufgeführt.

Mit der rechten bzw. linken Taste können die verschiedenen Einstellmodi ausgewählt werden, durch kurzes Drücken der mittleren Taste wird der angezeigte Einstellmodus aufgerufen.

Mögliche Einstellmodi:
SET ALT / SET HOEHE
SET BIKE1 / SET RAD1
SET CLOCK / SET UHR
SET HR / SET HF
SET MISC
EXIT / ENDE
LANGUAGE / SPRACHE

Jeder Einstellmodus kann mehrere Einstellmöglichkeiten haben.
Für diese Einstellungen gilt: mit der rechten Taste wird der blinkende Wert verändert (längeres drücken der rechten Taste bewirkt ein schnelleres Hochzählen), mit der linken Taste wird der Wert gespeichert und zum nächsten Wert übergegangen bzw. die nächste Einstellung angezeigt.

Zur besseren Unterscheidung sind im nachfolgenden die **Einstellmodi fett** gedruckt und die ***Einstellmöglichkeiten fett und kursiv***.

SET ALT / SET HOEHE
Hier können die Einstellungen für die Höhenmessung gemacht werden. Anwählen mit mittlerer Taste

ALITUDE / HOEHE
Verändern der aktuellen Höhe
Wertebereich: -300 bis +6000 m bzw. ft
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste
Hier kann die aktuelle Höhe verändert werden. Z.B. wenn während einer Tour festgestellt wird, dass die vom CM 4.4A angezeigte Höhe von der tatsächlichen Höhe abweicht (kann durch Luftdruckschwankungen vorkommen).

HOME OFF / HEIM AUS
Ein-/Ausschalten des Homewerts für die Höhenmessung
Voreinstellung: OFF
Einstellen mit rechter Taste, weiter mit linker Taste
Hier kann das automatische Rückstellen auf die Homehöhe ein- oder ausgeschaltet werden.

HOME ALT / HEIMHOEHE
Ausgangswert für die Höhenmessung (Homewert)
Wertebereich: -300 bis +6000 m bzw. ft
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste
Der CM 4.4A hat eine barometrische Höhenmessung, die sich automatisch Temperaturschwankungen anpasst, jedoch durch Luftdruckänderungen (z.B. über Nacht) Anzeigenschwankungen haben kann. Um diese Schwankungen auszugleichen, kann hier eine Ausgangshöhe eingegeben werden (z.B. die des Heimatortes, wenn meistens von dort aus gestartet wird).

Bei jedem Rücksetzen der Tageswerte (Löschen) wird die aktuelle Höhe auf den hier eingegebenen Wert zurückgesetzt. Diese Funktion sollte bei einer Ortsveränderung (z.B. im Urlaub) ausgeschaltet werden oder der Homewert dem Urlaubsort angepasst werden.

UNIT m
Einstellen der Maßeinheit für die Höhenanzeige
Voreinstellung: m (Meter)
Hier kann eingestellt werden, ob die Anzeige der Höhe in Meter (m) oder in feet (ft) erfolgen soll.

UNIT °C
Einstellen der Maßeinheit für die Temperaturanzeige
Voreinstellung: °Celsius
Hier kann eingestellt werden, ob die Anzeige der Temperatur in °Celsius (C) oder in ° Fahrenheit (F) erfolgen soll.

SET BIKE1 / SET RAD1
Hier können die Einstellungen für Rad 1 wie Gesamtkilometer, Radumfang, Maßeinheit etc. gemacht werden.
Anwählen mit mittlerer Taste
Um die Einstellungen für Rad 2 zu machen, im normalen Betriebsmodus rechte und linke Taste kurz gleichzeitig drücken, um zu Rad 2 zu wechseln, dann erneut den Einstellmodus aufrufen (dort erscheint dann SET BIKE2 /SET RAD 2).

DAY DST / TAGES-DST
Einstellen der Tageskilometer
Voreinstellung: 000.00 km
Wertebereich: 000,00 bis 999,99 km bzw. m
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste.
Hier können die Tageskilometer eingestellt werden, z.B. bei Fahrten nach einem Tour-Guide-Buch.
Auf die Funktion Gesamtkilometer hat diese Einstellung allerdings keine Auswirkung. Dort werden nur die tatsächlich gefahrenen Kilometer gezählt.

TOT DST / GES. DST
Einstellen der Gesamtkilometer
Voreinstellung: 0000 km
Wertebereich: 0 bis 99999 km bzw. m.
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste.
Hier können die Gesamtkilometer eingestellt werden.

Wheel / Radumf.
Einstellen des Radumfangs
Voreinstellung: 2080 mm
Wertebereich: 0000-3999 mm
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste.
Hier kann der Radumfang eingestellt werden.

Der Radumfang kann der Tabelle (Abb. G) entnommen oder selber gemessen werden.
Wenn der Radumfang selber gemessen werden soll, eine Markierung am Vorderreifen und auf dem Boden (z.B. mit Kreide) setzen. Mit dem Rad geradeaus, genau eine Reifenumdrehung (mit richtigem Luftdruck und Fahrergewicht) fahren und Stelle am Boden markieren. Jetzt kann der exakte Radumfang zwischen den beiden Markierungen am Boden abgemessen werden (in mm) – s. Abb. F.

Unit km bzw. Unit mi
Einstellen der Maßeinheit Kilometer oder Meilen
Voreinstellung: km
Einstellen mit rechter Taste, weiter mit linker Taste.
Hier kann ausgewählt werden, ob die Anzeige in Kilometern (km/h) oder in Meilen (m/h) erfolgen soll.

CAD OFF / TRITT AUS
Ein-/Ausschalten der Trittfrequenz (ON/AN – OFF/AUS)
Voreinstellung: OFF/AUS
Einstellen mit rechter Taste, weiter mit linker Taste.
Hier kann die Trittfrequenzmessung ein- bzw. ausgeschaltet werden. Zur Nutzung dieser Funktion ist das optionale Trittfrequenz-Set nötig (erhältlich bei Ihrem Fachhändler).

SET CLOCK / SET UHR
Hier können Uhrzeit, Datum und Uhrzeitformat eingestellt werden.
Anwählen mit mittlerer Taste

Time / Uhrzeit
Einstellen der Uhrzeit
Wertebereich: 00:00 bis 23:59 bzw. 12:00 bis 11:59 A/P
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste.
Hier kann die aktuelle Uhrzeit eingestellt werden. Dabei werden zuerst die Stunden und dann die Minuten eingestellt.

Year / Jahr
Einstellen des Jahres
Voreinstellung: 2007
Wertebereich: 2007 bis 2099
Einstellen mit rechter Taste, weiter mit linker Taste.
Hier kann das aktuelle Jahr eingestellt werden.

Month / Monat
Einstellen des Monats
Voreinstellung: 01
Wertebereich: 01 bis 12
Einstellen mit rechter Taste, weiter mit linker Taste.
Hier kann der aktuelle Monat eingestellt werden.

Day / Tag
Einstellen des Tagesdatums
Voreinstellung: 01
Wertebereich: 01 bis 31
Einstellen mit rechter Taste, weiter mit linker Taste.
Hier kann der aktuelle Tag eingestellt werden.

Clock / Zeit
Einstellen der Uhrzeitanzeige
Voreinstellung: 24
Einstellen mit rechter Taste, weiter mit linker Taste.
Hier kann ausgewählt werden, ob die Uhrzeit im 24-Stundenformat oder im 12-Stundenformat (AM/PM) angezeigt werden soll.

SET HR / SET HF
Hier kann die optionale Herzfrequenzmessung eingeschaltet werden und die entsprechenden Einstellungen gemacht werden. Um diese Funktion nutzen zu können, wird der optional im Fachhandel erhältliche Sendegurt mit Elastikband benötigt.

HR OFF/ON / HF EIN/AUS
Ein-/Ausschalten der Herzfrequenzmessung.
Voreinstellung: OFF/AUS
Ein-/Ausschalten mit rechter Taste, weiter mit linker Taste.

Fitness / Fitness
Einstellen des Fitness-Levels
Voreinstellung: 3
Wertebereich: 1 bis 4
Einstellen mit rechter Taste, weiter mit linker Taste
Hier kann das aktuelle Fitness-Level eingestellt werden (nötig für die Berechnung der persönlichen Herzfrequenzgrenzen durch CICLO*Inzone*), dabei bedeutet
1 = untrainiert
2 = mäßig trainiert
3 = gut trainiert
4 = Top Form

Sex / Geschlecht
Einstellen des Geschlechts
Einstellen mit rechter Taste, weiter mit linker Taste
Hier kann das Geschlecht eingestellt werden (nötig für die CICLO*Inzone*-Berechnung und die Kalorienberechnung).
M = male / männlich,
F / W = female / weiblich

Weight / Gewicht
Einstellen des Gewichts
Voreinstellung: 070 kg
Wertebereich: 20 bis 220 kg
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste
Hier kann das aktuelle Gewicht des Benutzers eingestellt werden (nötig für die CICLO*Inzone*- und die Kalorienberechnung).

Birthdate /Gebjahr
Einstellen des Geburtsjahres
Voreinstellung: 1960
Wertebereich: 1920 bis 2006
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste
Hier kann das Geburtsjahr des Benutzers eingestellt werden (nötig für die CICLO*Inzone*-Berechnung).

InZone
Hier kann durch kurzes gleichzeitiges Drücken der rechten und linken Taste die CICLO*Inzone*-Berechnung gestartet werden (zur CICLO*Inzone* siehe auch Kap. 4).
Um die CICLO*Inzone*-Berechnung zu übergehen, kurz die linke Taste drücken.

Damit die persönliche CICLO*Inzone* richtig ermittelt werden kann, müssen vorher die persönlichen Werte wie Fitnesslevel, Geschlecht, Gewicht und Geburtsjahr eingegeben werden.
Zur Berechnung der CICLO*Inzone* Sendegurt anlegen, eine Ruheposition einnehmen (am besten entspannt im Sitzen), dann die CICLO*Inzone*-Berechnung starten (durch kurzes gleichzeitiges Drücken der rechten und linken Taste starten).

Der CM 4.4A beginnt jetzt einen Countdown von 5 Minuten. In dieser Zeit weiterhin entspannt und ruhig sitzen bleiben, der CM 4.4A misst nun die niedrigste Herzfrequenz, die in dieser Zeit erreicht wird (Ruheherzfrequenz) und nimmt diese für die weitere Berechnung. Während des Countdowns wird im oberen Display ein 5 Minuten-Countdown und im unteren Display die gemessene Herzfrequenz angezeigt.
Nach Ablauf der 5 Minuten erscheint automatisch der untere Wert der ermittelten persönlichen CICLO*Inzone*.

Lower HR / Untere Herzfrequenz
Hier kann eine Herzfrequenz-Untergrenze eingestellt werden bzw. nach der CICLO*Inzone*-Berechnung wird hier die individuell errechnete Herzfrequenz-Untergrenze angezeigt, bei deren Unterschreitung der CM 4.4A einen optischen Alarm gibt (Anzeige ▼ durch einen Pfeil rechts neben der Herzfrequenz im unteren Display).
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste

Upper HR / Obere Herzfrequenz
Hier kann eine Herzfrequenz-Obergrenze eingestellt werden bzw. nach der CICLO*Inzone*-Berechnung wird hier die individuell errechnete Herzfrequenz-Obergrenze angezeigt, bei deren Überschreitung der CM 4.4A einen optischen Alarm gibt (Anzeige ▲ durch einen Pfeil rechts neben der Herzfrequenz im unteren Display).
Einstellen mit rechter und linker Taste, weiter mit linker Taste

Max HR / Max HF
Hier wird die durch CICLO*Inzone*-Berechnung individuell errechnete maximale Herzfrequenz angezeigt.

SET MISC
Hier kann der Stromspar-Modus (Powerdown) eingeschaltet werden oder ein Reset (Löschen aller Daten) durchgeführt werden.
Anwählen mit mittlerer Taste

Powerdown / STROMSPAR
Hier kann der Stromspar-Modus eingeschaltet werden (z.B. vor dem Batteriewechsel, um die Daten zu erhalten).
Dazu rechte und linke Taste kurz gleichzeitig drücken, damit erlischt das Display und der CM 4.4A ist im Stromspar-Modus. Durch kurzes Drücken einer beliebigen Taste ‚startet' der CM 4.4A wieder und der normale Betriebsmodus erscheint.

Reset / Löschen
Hier können alle Werte (auch die Gesamtwerte) gelöscht werden. Dazu rechte und linke Taste kurz gleichzeitig drücken, im Display erscheint kurz die Anzeige ‚reset', anschließend erscheint der normale Betriebsmodus.

Um nur die Tageswerte zu löschen, im normalen Betriebsmodus rechte und linke Taste 3 Sek. lang drücken.

3. Funktionen

Der CM 4.4A hat einen automatischen Start/Stopp im Fahrbetrieb. D.h. bei der ersten Radumdrehung erscheint der normale Betriebsmodus und nach ca. 4 Sekunden wird die aktuelle Geschwindigkeit angezeigt. 1 Minute nach der letzten Radumdrehung bzw. dem letzten Tastendruck schaltet das Display in den Schlafmodus und zeigt nur noch die Uhrzeit an. Durch Tastendruck oder erneute Radumdrehung springt das Display wieder an.
Der CM 4.4A hat drei Modi: Rad 1, Rad 2 und No-Bike-Modus.
Um von einem Modus zum anderen zu wechseln, die rechte und linke Taste kurz gleichzeitig drücken (das Umschalten ist nur möglich, wenn die Geschwindigkeit = 0 ist).
Im mittleren Display links zeigt eine ‚①' bzw. eine ‚②' an, ob der CM 4.4A im Rad 1 –Modus oder im Rad 2 –Modus ist. Ist der CM 4.4A im No-Bike-Modus, wird im mittleren Display keine Zahl angezeigt.
Im No-Bike-Modus zeigt der CM 4.4A nur die fahrradunabhängigen Werte an (Höhenwerte, Temperatur, Uhrzeit). Dieser Modus ist für die Nutzung ohne Fahrrad gedacht (z.B. mit dem Zubehör ‚Armband').
Die (optionale) Herzfrequenzanzeige funktioniert auch ohne Radsignal: sobald der CM 4.4A im normalen Betriebsmodus ist (durch Tastendruck oder Auto-Start), ist auch automatisch der Herzfrequenzempfänger eingeschaltet (wenn die Herzfrequenzfunktion im Einstellmodus eingeschaltet ist). Solange eine Herzfrequenz im Display angezeigt wird, erfolgt auch keine automatische Umschaltung in den Schlafmodus.

Um die Tageswerte auf Null zurückzusetzen, rechte und linke Taste 3 Sekunden gleichzeitig drücken. (Ist die Funktion Homehöhe eingeschaltet, wird beim Löschen auch gleichzeitig die aktuelle Höhe auf den Homewert zurückgesetzt).
Der CM 4.4A hat ein dreizeiliges Display. Im mittleren Teil wird die Geschwindigkeit angezeigt, dabei wird links von der Geschwindigkeit mit einer kleinen ① bzw. ② angezeigt, ob die Werte für Rad 1 oder Rad 2 gelten.
Die **Funktionen**, die im **oberen Display** angezeigt werden, können mit der **rechten Taste** weitergeschaltet werden, die **Funktionen** des **unteren Displays** mit der **linken Taste**.
Jeweils **kurzes Drücken der mittleren Taste** zeigt die **Unterfunktionen der Funktion im unteren Display an**.

Für alle Unterfunktionen gilt: die Anzeige erscheint für ca. 10 Sekunden, dann erscheint wieder die Anzeige der jeweiligen Hauptfunktion.

Funktionen im oberen Display: (Erklärung zu diesen Funktionen siehe "Funktionen im unteren Display")
TM – Tages-Fahrzeit (Bild 2)
DST – Tages-Distanz (Bild 4)
Höhe (Bild 3)
HR (♥)
Uhrzeit (Bild 1)

Funktion im mittleren Display:
SPD – aktuelle Geschwindigkeit
Zeigt die aktuelle Geschwindigkeit in km/h bzw. m/h an.
Wertebereich: 0 bis 199,9 km/h bzw. m/h
Dabei wird mit dem Pfeil links im Display angezeigt, ob die aktuelle Geschwindigkeit über (Pfeil nach oben) oder unter (Pfeil nach unten) der momentanen Durchschnittsgeschwindigkeit liegt.

Funktionen im unteren Display:
DST – Tages-Distanz (Bild 5)
Zeigt die bisher zurückgelegte Strecke in Kilometer oder Meilen an.
Wertebereich: 0 bis 999,99 km bzw. m

***TOT – Gesamtdistanz* (Bild 6)**
Unterfunktion der Funktion Tages-Distanz
Zeigt die gesamten (seit dem letzten Zurückstellen bzw. Batteriewechsel) bisher zurückgelegten Kilometer an.
Wertebereich: 0 bis 99999 km bzw. m

***∑TOT – Summe Gesamtdistanz von Rad 1 u. Rad 2* (Bild 7)**
Unterfunktion der Funktion Tages-Distanz
Zeigt die Summe der gesamten (seit dem letzten Zurückstellen bzw. Batteriewechsel) bisher zurückgelegten Kilometer von Rad 1 und Rad 2 an.
Wertebereich: 0 bis 199999 km bzw. m

Aktuelle Höhe (Bild 18)
Zeigt die momentane Höhe (über dem Meeresspiegel) an. Die Anzeige der Höhe erfolgt in 1-m-Schritten. Da die Höhe durch Luftdruckmessung bestimmt wird, ist sie wetterabhängig.
Wertebereich: -300 bis +6000 m bzw. ft

Hinweis: Die Höhenmeter werden nur addiert, während Radsignale empfangen werden. Im No-Bike-Modus werden die Höhenmeter immer addiert.
Der CM 4.4A hat eine Hysterese von 2 m, d.h. ab 2 m Höhenunterschied werden die Werte addiert.

Tageshöhenmeter aufwärts (Bild 19)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Höhe
Zeigt die bisher aufwärts zurückgelegten Höhenmeter an.
Wertebereich: 0 – 20000 m bzw. ft

Tageshöhenmeter abwärts (Bild 20)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Höhe
Zeigt die bisher abwärts zurückgelegten Höhenmeter an.

MAX – maximale Höhe (Bild 21)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Höhe
Zeigt die höchste erreichte Höhe während einer Tour an.
Wertebereich: -300 bis +6000 m bzw. ft

TOT – Gesamthöhenmeter aufwärts (Bild 22)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Höhe
Zeigt die Summe der bisher aufwärts zurückgelegten Höhenmeter an.
Wertebereich: 0 bis 20000 m bzw. ft

TOT – Gesamthöhenmeter abwärts (Bild 23)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Höhe
Zeigt die Summe der bisher abwärts zurückgelegten Höhenmeter an.
Wertebereich: 0 bis 20000 m bzw. ft

Die folgende Unterfunktion wird nur im Radmodus angezeigt:

∑TOT – Summe Gesamthöhenmeter von Rad 1 u. Rad 2 (Bild 24)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Höhe
Zeigt die Summe aller bisher aufwärts zurückgelegten Höhenmeter an.
Wertebereich: 0 bis 20000 m bzw. ft

Aktuelle Steigung / Gefälle (Bild 25)
Zeigt die momentan gefahrene Steigung bzw. das momentan gefahrene Gefälle in Prozent an. Dabei zeigt das Symbol links unten im Display an, ob es sich um eine Steigung (◢) oder ein Gefälle (◣) handelt.
Wertebereich: 0 bis 100 %

Achtung: Technisch bedingt erscheint die korrekte Prozentanzeige erst ca. 50 – 100 m nach Beginn der Steigung bzw. des Gefälles. Dies ist auch abhängig von der Geschwindigkeit.

Durchschnittliche Steigung (Bild 26)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Steigung/Gefälle
Zeigt die bisherige durchschnittliche Steigung an.
Wertebereich: 0 bis 100 %

Durchschnittliches Gefälle (Bild 27)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Steigung/Gefälle
Zeigt das bisherige durchschnittliche Gefälle an.
Wertebereich: 0 bis 100 %

Maximale Steigung (Bild 28)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Steigung/Gefälle
Zeigt die bisher höchste Steigung an.
Wertebereich: 0 bis 100 %

Maximales Gefälle (Bild 29)
Unterfunktion der Funktion Aktuelle Steigung/Gefälle
Zeigt das bisher stärkste Gefälle an.
Wertebereich: 0 bis 100 %

Ø – Durchschnittsgeschwindigkeit (Bild 8)
Zeigt die momentane Durchschnittsgeschwindigkeit in km/h bzw. m/h an.
Wertebereich: 0 bis 199,9 km/h bzw. m/h (dabei ist die Kommastelle hochgestellt)

***MAX – Maximalgeschwindigkeit* (Bild 9)**
Zeigt die höchste bisher erreichte Geschwindigkeit in km/h bzw. m/h an.
Wertebereich: 0 bis 199,9 km/h bzw. m/h (dabei ist die Kommastelle hochgestellt)

Temperatur (Bild 30)
Zeigt die momentan gemessene Temperatur an.
Wertebereich: -10 bis +50 °C bzw. °F

Hinweis: Wird der CM 4.4A am Körper getragen, kann die gemessene Temperatur Abweichungen haben.

MIN – Minimaltemperatur
Unterfunktion der Funktion Temperatur
Zeigt die niedrigste bisher gemessene Temperatur an.
Wertebereich: -10 bis +50 °C bzw. °F

MAX – Maximaltemperatur
Unterfunktion der Funktion Temperatur
Zeigt die höchste bisher gemessene Temperatur an.
Wertebereich: -10 bis +50 °C bzw. °F

Uhrzeit (Bild 10)
Zeigt die aktuelle Uhrzeit an.
Wertebereich: 00:00:00 bis 23:59:59 bzw. 12:00:00 bis 11:59:59 AM/PM

***Datum* (Bild 11)**
Unterfunktion der Funktion Uhrzeit
Zeigt das aktuelle Datum in der Form TT.MM.JJ an.

TM /– Tages-Fahrzeit (Bild 12)
Zeigt die aktuelle Fahrzeit an.
Wertebereich: 0 bis 9:59:59 h

***TOT – Gesamt-Fahrzeit* (Bild 13)**
Unterfunktion der Funktion Tages-Fahrzeit
Zeigt die gesamte Fahrzeit (seit dem letzten Zurückstellen bzw. Batteriewechsel) an.
Wertebereich: 0 bis 999:59 h

***∑TOT – Summe Gesamtfahrzeit von Rad 1 und Rad 2* (Bild 14)**
Unterfunktion der Funktion Tages-Fahrzeit
Zeigt die Summe der gesamten Fahrzeit (seit dem letzten Zurückstellen bzw. Batteriewechsel) von Rad 1 und Rad 2 an.
Wertebereich: 0 bis 999:59 h

HR - Herzfrequenz (Bild 36)
Zeigt die aktuelle Herzfrequenz an (in bpm = beats per minute / Schläge pro Minute)
Wertebereich: 0 bis 250 bpm
Bei der Anzeige im unteren Display wird rechts neben der Herzfrequenz durch einen Pfeil angezeigt, ob die aktuelle Herzfrequenz unterhalb (▼), innerhalb (▼▲) oder oberhalb (▲) der eingestellten Herzfrequenzgrenzen ist.

Ø - Durchschnittsherzfrequenz (Bild 37)
Unterfunktion der Funktion Herzfrequenz
Zeigt die durchschnittliche Herzfrequenz an (seit dem letzten Zurücksetzen).
Wertebereich: 0 bis 250 bpm

MAX - maximale Herzfrequenz (Bild 38)
Unterfunktion der Funktion Herzfrequenz
Zeigt die höchste bisher erreichte Herzfrequenz an (seit dem letzten Zurücksetzen an).
Wertebereich: 0 bis 250 bpm

Zeit unterhalb der eingestellten Herzfrequenz-Grenze (Bild 39)
Unterfunktion der Funktion Herzfrequenz
Zeigt die Zeit an, in der die Herzfrequenz unterhalb der eingestellten Herzfrequenz-Untergrenze war (seit dem letzten Zurücksetzen).
Wertebereich: 0 bis 9:59:59 h

Zeit innerhalb der eingestellten Herzfrequenz-Grenze (Bild 40)
Unterfunktion der Funktion Herzfrequenz
Zeigt die Zeit an, in der die Herzfrequenz innerhalb der eingestellten Herzfrequenz-Grenzen war (seit dem letzten Zurücksetzen).
Wertebereich: 0 bis 9:59:59 h

Zeit oberhalb der eingestellten Herzfrequenz-Grenze (Bild 41)
Unterfunktion der Funktion Herzfrequenz
Zeigt die Zeit an, in der die Herzfrequenz oberhalb der eingestellten Herzfrequenz-Obergrenze war (seit dem letzten Zurücksetzen).
Wertebereich: 0 bis 9:59:59 h

kCal - Kalorienverbrauch (Bild 42)
Zeigt die bisher verbrauchten Kalorien an (seit dem letzten Zurücksetzen).
Wertebereich: 0 bis 99999 kCal

TOT - Gesamtkalorienverbrauch (Bild 43)
Unterfunktion der Funktion Kalorienverbrauch
Zeigt die gesamten bisher verbrauchten Kalorien an (seit dem letzten Zurückstellen bzw. Batteriewechsel)
Wertebereich: 0 bis 99999 kCal

Die folgende Funktion erscheint nur, wenn sie im Einstellmodus eingeschaltet wurde (zum Messen der Trittfrequenz wird das separat erhältliche Trittfrequenzset benötigt).

CAD - Trittfrequenz (Bild 33)
Zeigt die aktuelle Trittfrequenz (in rpm = Umdrehungen pro Minute)
Wertebereich: 0 bis 250 rpm

***Ø - Durchschnittstrittfrequenz* (Bild 34)**
Unterfunktion der Funktion Trittfrequenz
Zeigt die durchschnittliche Trittfrequenz an (seit dem letzten Zurücksetzen).
Wertebereich: 0 bis 250 rpm

***MAX - maximale Trittfrequenz* (Bild 35)**
Zeigt die höchste bisher erreichte Trittfrequenz an (seit dem letzten Zurücksetzen an).
Wertebereich: 0 bis 250 rpm

4. CICLO*Inzone*®-Philosophie und Anwendung

CICLO*Inzone*® ist ein ganz persönlicher Fitness-Service in Form einer Trainingssteuerung. Anhand von persönlichen Daten und dem Ruhepuls wird mit der CICLO*Inzone*® der optimale Trainingsbereich berechnet.
Ob Laufen, Nordic Walking, Biken, Indoor-Cycling und vieles mehr ... CICLO*Inzone*® steuert das individuelles Cardiotraining.
Kondition steigern? – Pfunde verlieren? – Gesundheitsorientiert trainieren? Jeder verfolgt ein anderes Ziel mit seinem Training. Wie aber muss man trainieren um möglichst effizient seine Ziele zu erreichen? Wie findet man die richtige Intensität beim Training? CICLO*Inzone*® ist ***der*** optimale Trainingsbereich für Kraft, Ausdauer und Fettabbau.

Was kann die CICLO*InZone*®?
Sie berechnet den optimalen Trainingsbereich für Kraft, Ausdauer und Fettabbau. Dieser ist individuell und bildet eine Trainingsempfehlung, die immer zwischen 70 und 85% der Maximalherzfrequenz angesetzt ist.
(+/- 5% Abweichung unter Berücksichtigung der aktuellen Ruheherzfrequenz und des Fitnesslevels).
Mit CICLO*Inzone*® wird die Thematik Fettverbrennung wieder ins „rechte" Licht gerückt und aufgezeigt, dass weniger eben nicht immer mehr ist.

5 . Wechseln der Batterie

CM 4.4A: Schraubverschluss auf der Rückseite des Computers mit Hilfe einer Münze nach links aufdrehen. Alte Batterie entfernen und neue 3V-Lithium-Batterie Typ CR 2032 mit dem Pluspol nach oben einlegen. Schraubverschluss wieder zudrehen.
(Der Batteriewechsel beim optionalen Sendegurt funktioniert ebenso.)

(Geschwindigkeits-)Sender: Batteriedeckel an der Oberseite des Senders mit Hilfe einer Münze nach links aufdrehen, alte Batterie entfernen und neue 12 Volt Batterie, Typ 23A mit dem Pluspol nach oben einlegen. Batteriedeckel wieder zudrehen. Batteriedeckel nicht überdrehen!

Bitte die entleerte Batterie nicht in den Hausmüll werfen, sondern fachgerecht entsorgen.

6. Störungsbeseitigung

Fehlerhafte oder keine Anzeige im Display
- Batterie auf korrekten Sitz überprüfen bzw. Batterie erneuern

Momentangeschwindigkeit wird nicht angezeigt
- Sender auf korrekte Montage prüfen
- überprüfen, ob Speichenmagnet richtig an der Speiche montiert ist (direkt gegenüber dem Sender mit max. 3 mm Abstand)
- überprüfen, ob CM 4.4A richtig im Lenkerhalter eingerastet ist
- eingestellten Radumfang überprüfen

Geschwindigkeit zu hoch bzw. zu niedrig
- eingestellten Radumfang überprüfen
  Maßeinheit überprüfen

Höhe zeigt falsch Werte
- Homehöhe (s. Grundeinstellungen) überprüfen, möglicherweise falscher Wert eingegeben
- Luftdruck hat sich geändert, z.B. durch Wetterumschwung (aktuelle Höhe nachstellen)

**Herzfrequenz wird nicht angezeigt bzw. angezeigte Herzfrequenz falsch bzw